LITORALPRESS

Fecha: 04-02-2026
Medio: El Lector
Supl. : El Lector
Tipo: Noticia general
Título: Estudio promueve el desplazamiento activo en escolares maulinos para mejorar la salud física y mental

Pág. : 11
Cm2: 278,0

Tiraje: Sin Datos
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

Estudio promueve el desplazamiento activo en escolares maulinos para mejorar la salud física y mental

La iniciativa MOV-ES UCM liderada por el académico e investigador de la Universidad Católica del Maule, Dr. Eugenio Merellano Navarro, busca enfrentar la inactividad física y el comportamiento sedentario en la enseñanza media, integrando el desplazamiento activo como una herramienta educativa, accesible y con impacto en el bienestar integral del estudiantado. Los resultados preliminares muestran una mayor conciencia sobre la actividad física, un mejor vínculo con el entorno escolar y más interés por el desplazamiento activo, aunque persisten barreras asociadas a la sobreprotección y las inseguridades familiares.

La promoción de hábitos de vida activa desde el entorno escolar es el eje central del proyecto de investigación MOV-ES, iniciativa que lidera el académico e investigador de la Universidad Católica del Maule (UCM), Dr. Eugenio Merellano Navarro. El estudio, que es financiado por la Agencia Nacional de Investigación y Desarrollo (ANID) vía Fondecyt de iniciación, busca evaluar la eficacia de un programa educativo de desplazamiento activo, basado en el modelo ecológico, para mejorar la salud física y mental de estudiantes de enseñanza media de la Región del Maule.

"El proyecto MOV-ES nace de una preocupación concreta: los altos niveles de inactividad física y comportamiento sedentario que poseen los escolares, particularmente en enseñanza media, una etapa crítica donde los hábitos saludables tienden a disminuir", explicó el investigador. En ese contexto, el desplazamiento activo, caminar o andar en bicicleta al colegio, aparece como "una oportunidad cotidiana, accesible, económica y sostenible para integrar actividad física en la vida diaria de los estudiantes", especialmente considerando que en Chile existe escasa evidencia científica sobre esta temática en población escolar.

En este contexto, el modelo ecológico entiende el desplazamiento activo como un comportamiento influido no solo por el estudiante, sino también por su entorno familiar, escolar y urbano, considerando factores como la escuela, la familia, la seguridad vial y el territorio, promoviendo acciones integrales que faciliten y sostengan hábitos de vida activa.

A diferencia de enfoques centrados únicamente en la salud, el proyecto propone una mirada educativa e integral. Según indicó Merellano, abordar la actividad física en la escuela permite integrar estos contenidos al currículum, a la Educación Física, a la convivencia escolar y al proyecto educativo institucional. "No se trata solo de prevenir enfermedades, sino de formar estudiantes más activos, autónomos, con mejor bienestar emocional y mejores condiciones para aprender", subrayó.